

CURRICOLO DI EDUCAZIONE FISICA

| Scuola | Nucleo tematico | Competenze riferite ai traguardi | Indicatori di processo | Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta |
|------------------------------|---|---|------------------------|---|
| Scuola primaria | Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo | L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti. | Percepire | <p>Conoscere il corpo e le funzioni senso percettive in situazioni statiche e dinamiche sia individuali che in gruppo.</p> <p>Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro e con ritmo variato (correre, saltare, afferrare, lanciare, ecc.)</p> <p>Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione al proprio schema corporeo, agli oggetti e allo spazio esterno, agli altri.</p> |
| Scuola secondaria di I grado | | <p>L'alunno è consapevole delle proprie competenze motorie sia nei punti di forza che nei limiti.</p> <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p> | Percepire | <p>Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza</p> <p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> <p>Saper utilizzare l'esperienza motoria acquisita per risolvere situazioni nuove o inusuali.</p> <p>Saper utilizzare e correlare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva.</p> <p>Sapersi orientare nell'ambiente naturale e artificiale anche attraverso ausili specifici (mappe, bussole).</p> <p>Saper utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici dei vari sport.</p> |

| | | | | |
|------------------------------|---|---|-------------|---|
| | | | | Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta |
| Scuola primaria | Il linguaggio del corpo come modalita' comunicativo -espressiva | Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico-musicali e coreutiche. | Confrontare | <p>Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione e danza, sapendo trasmettere nel contempo contenuti emozionali.</p> <p>Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento o semplici coreografie individuali e collettive.</p> |
| | | | | Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza |
| Scuola secondaria di I grado | | Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri. | Confrontare | <p>Conoscere il corpo e le funzioni senso percettive in attività dinamiche diversificate con finalità comunicative .</p> <p>Conoscere e applicare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.</p> <p>Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p> |

| | | | | |
|------------------------------|---|---|-----------|--|
| | | | | Obiettivi di apprendimento al termine della classe quinta |
| Scuola primaria | Il gioco, lo sport, le regole e il fair play | <p>Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.</p> <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> | Percepire | <p>Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco-sport.</p> <p>Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole.</p> <p>Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri.</p> <p>Rispettare le regole nella competizione sportiva; saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità.</p> |
| Scuola secondaria di I grado | | <p>Utilizza le abilità motorie e sportive acquisite adattando il movimento in situazione.</p> <p>Utilizza gli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri, praticando, inoltre, attivamente i valori sportivi (<i>fair – play</i>) come modalità di relazione quotidiana e di rispetto delle regole.</p> | Percepire | Obiettivi di apprendimento al termine della classe terza <p>Organizzare e gestire l'orientamento del proprio corpo in riferimento alle principali coordinate spaziali-temporali e alle cellule ritmiche.</p> <p>Padroneggiare le capacità di coordinamento adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti.</p> <p>Partecipare in forma propositiva alla scelta di strategie di gioco e alla loro realizzazione (tattica) adottate dalla squadra mettendo in atto comportamenti collaborativi.</p> <p>Conoscere e applicare correttamente il regolamento tecnico degli sport praticati assumendo anche il ruolo di arbitro o di giudice. Saper gestire in modo consapevole gli eventi della gara (le situazioni competitive) con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta.</p> |

| | | | | Obiettivi al termine della classe quinta |
|------------------------|--|---|--|--|
| Scuola primaria | Salute e benessere, prevenzione e sicurezza | <p>Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.</p> <p>Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.</p> <p>Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.</p> | Formulare ipotesi e risolvere problemi | <p>Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita.</p> <p>Riconoscere il rapporto tra alimentazione, ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.</p> <p>Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</p> |

| | | | | Obiettivi al termine della classe terza |
|-------------------------------------|--|---|---|---|
| Scuola secondaria di I grado | Salute e benessere, prevenzione e sicurezza | <p>Riconosce, ricerca e applica a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione.</p> <p>Rispetta criteri base di sicurezza per sé e per gli altri.</p> <p>È capace di integrarsi nel gruppo, di assumersi responsabilità e di impegnarsi per il bene comune.</p> | <p>Formulare ipotesi e risolvere problemi</p> | <p>Sviluppare criteri di “problem solving” in ambito motorio centrati sulla salute e sul benessere.</p> <p>Essere in grado di conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell’età ed applicarsi a seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.</p> <p>Essere in grado di distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e di applicare tecniche di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare a conclusione del lavoro.</p> <p>Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l’altrui sicurezza.</p> <p>Saper assumere comportamenti funzionali rispetto al verificarsi di possibili situazioni di pericolo.</p> <p>Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici.</p> <p>Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all’assunzione di integratori, o di sostanze illecite o che alterano la performance sportiva e inducono dipendenza (doping, droghe, alcool)</p> |